

**Diagnose:** • Patella alta, Patella-Instabilität bei erhöhtem TTTG\*-Abstand  
• Patella-Arthrose

**Therapie:** Tuberositas Transfer

**Drainagen:** keine

**Wundversorgung:** steriles Pflaster, 1. VW am 1. postoperativen Tag, nachfolgende VW in regelmäßigen Abständen, Entfernung von Nahtmaterial am 12. bis 14. postoperativen Tag

**Thromboseprophylaxe:** 1 x tgl. NMH s.c. bis zur Vollmobilisation (im Regelfall 6 Wochen)

**Antibiotikagabe:** Single shot (z.B. Cefuroxim 1,5g)

**Analgesie:** analgetische Medikation

**Laborkontrolle:** keine

**Röntgenkontrolle:** keine

**Lagerungshinweise:** schmerzadaptiert, Hochlagerung

**Entlassung:** am 3. postop. Tag

**Postoperative Orthesen/Bewegungslimitierung:**

Knieschiene: **Woche 1-4:** 0-0-60°, **Woche 5+6:** 0-0-90°

**Belastungsvorgaben:**

**Woche 1+2** Teilbelastung 10-25kg (abrollend)

**Woche 3-6** Teilbelastung 50%

**ab der 7. Woche** Vollbelastung

**Bewegungstherapie/ Physikalische Therapie:**

Kryotherapie, manuelle Lymphdrainage, Kompressionsbandagierung nur bei vermehrter Schwellneigung, EMS\* für M. quadriceps; Unterwassertherapie ab Woche 5

**Woche 1-6:** Gangschulung mit Kniechiene, passive Bewegungstherapie, Isometrisches Muskeltraining (Quadriceps, Hamstrings, Triceps surae)

**Ab Woche 7** aktive Bewegungstherapie, Stabilisations- und Propriozeptionstraining

**Ab Woche 9** Muskelaufbautraining und medizinische Trainingstherapie

**Sportfähigkeit:**

Ab Woche 7 Radfahren, Schwimmen. Ab Woche 9 Krafttraining. Volle sportliche Aktivität nach 6 Monaten

**Komplikationen/CAVE:** --

\*) TTTG - Tibial Tuberosity Trochlear Groove  
EMS – Elektromyostimulation